1- SAAT YÖNÜNDE AURA MASAJI

kendinizi rahat bir pozisyona getirin ve iyice gevşetin..

Sağ elinizi mide çakranızın 2-3 santim yukarısında tutarak saatin yönünde yavaş yavaş döndürerek oluşan enerjiyi hissedin..

Kademeli olarak elinizi ve döndürüşünüzü genişleterek üst göğüs ve alt mide seviyesine kadar dönen enerjiyi hissedin..

Bir süre daha devam ettikten sonra yavaşça elinizi yana bırakarak oluşan vorteksi deneyimlemeye devam edin..

2- SAATİN TERSİ YÖNÜNDE MASAJ

Aynı uygulamayı bu sefer sol elinizle başlatıp devam edin..

Her iki uygulama devam ederken aynı zamandada içsel merkezinizde güçlü bir jenaratörün devreye girdiğini ve merkezi aura bölgenizden başlayarak bedeninizin tamamında parlak yeni bir enerjiden oluşan güçlü bir kalkan oluşturduğunuzu hissedin…

3- YENİ ENERJİYİ KABUL ETME UYUMLAMA- OLUMLAMA

Auranızda oluşturduğunuz yeni enerjiyi dengeliyebilmek için önce her iki elinizin parmak uçları ile şakaklarınıza dokunarak varlığınızın tamamına yayılancanlı enerjiyi hissedin…

Bu esnada gözlerinizi kapatarak kendi olumlama cümlelerinizi söyleyin.. Örnek;

” Ben tamamen yeni bir enerji yüklendim ve güçlendim.. Varlığımın en iç kısmı artık dengede ve uyumlu. Güçlü bir enerji kalkanı ile sarılmış durumdayım korunuyorum ve güvendeyim”

Yöntem günlük olarak uygulandığında auradaki renkler daha canlı kılar ayrıca kırılma yada yırtık gibi aura zafiyetleri yakın zamanda yok olurlar ve ayrıca dışardan alınan psişik saldırıların aurada bırakmış olduğu hasarı onarır…

Bunların dışında ‘okutma’ ‘kurşun dökme’ ‘abdest alma’ uygulaması da en eski psişik negatif enerjiyi dönüştürme yöntemidir ve kurşun elementi auraya yapışmış olan negatif tortuları sıvı haldeyken içine hapseder ve su ile ve akabinde ateşte tekrar eritilerek negatif enerji dönüştürülür…

Bu konuda daha birçok yöntem var ama bu uygulama benim en pratik bulduğum yöntem ve gece yatağınıza yattığınızda rahatlıkla uygulayabilirsiniz…

Aklıma son anda gelen bir yöntem daha var kristal kuvars taşımak kolye olabilir bunu reiki ile programlayıp üzerinizde bulundurun..